Lapsen ja nuoren tunteiden huomioiminen päiväkirurgisen toimenpiteen eri vaiheissa

Hotus
-kansalaissuositus®

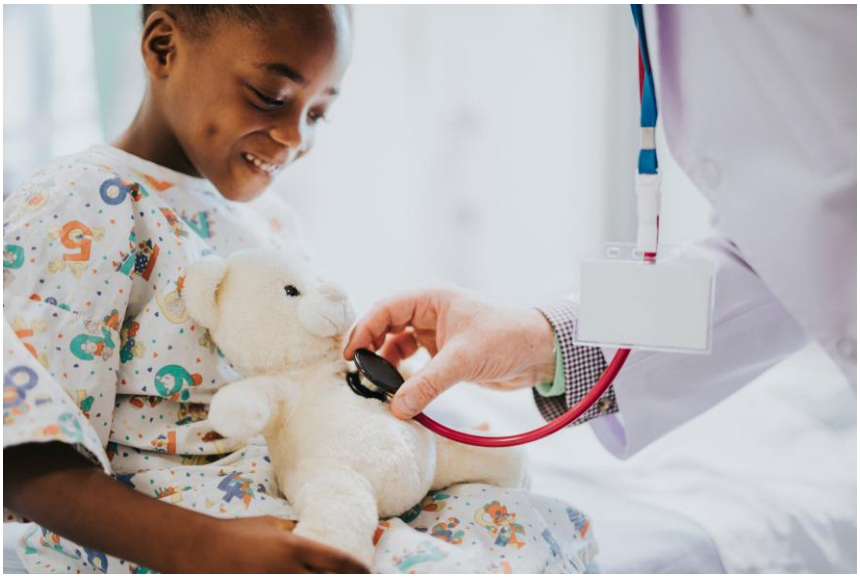
Tästä julkaisusta löydät tietoa seuraavista aiheista

- Mitä voitte huomioida ennen toimenpidepäivää kotona
- Mitä voitte huomioida ennen toimenpidettä sairaalassa
- Mitä läheinen voi tehdä toimenpiteen aikana
- Kuinka tukea lasta ja nuorta toimenpiteen jälkeen
- Millaisia asioita voi etukäteen pysähtyä pohtimaan

Mihin julkaisu on tarkoitettu?

Tästä Hotus-hoitosuositukseen® perustuvasta Hotus-kansalaissuosituksesta® löydät tutkittua tietoa päiväkirurgiseen toimenpiteeseen tulevalle lapselle tai nuorelle ja hänen läheiselleen. Päiväkirurginen toimenpide tarkoittaa sellaista suunniteltua toimenpidettä, jossa kotiutuminen toimenpideyksiköstä tapahtuu saman vuorokauden sisällä. Suositusta voidaan hyödyntää 0-17-vuotiaiden lasten toimenpiteeseen valmistautumisessa. Tässä julkaisussa lapsella tarkoitetaan kaikkia 0-17 vuotiaita lapsia ja nuoria.

Tämän julkaisun tavoitteena on vähentää lasten, nuorten ja heidän läheistensä mahdollista toimenpiteeseen liittyvää ahdistusta ja pelkoa sekä lisätä hoitoon sitoutumista ja turvallisuuden tunnetta. Löydät kansalaissuosituksesta tietoa, miten tukea ja huomioida lapsen ja nuoren tunteita päiväkirurgisen toimenpiteen eri vaiheissa.



Muita julkaisuja aiheesta löydät hakemalla internetistä esimerkiksi näillä tiedoilla

- Lastentalo : Miten valmistaa lasta ja nuorta sairaalahoitoon? (Terveyskylä.fi)
- Youtube: Hyvinvointialueiden omat esittelyvideot

Mitä voitte huomioida ennen toimenpidepäivää kotona?

Valmistautukaa toimenpiteeseen rauhassa ja yhdessä lapsen kanssa.

- Voitte hyödyntää erilaisia hoitoyksiköstä saatuja materiaaleja ja käydä niiden avulla läpi tulevaa lapsen kanssa.
- **Kirjallinen ja suullinen ohjaus** ovat molemmat tärkeitä. Kirjallinen materiaali tukee suullisesti terveydenhuollon ammattilaisilta saatua ohjausta.

Ottakaa valmistautumisessa tarvittaessa **avuksi** oman hyvinvointialueen tai hoitoyksikkönne **digitaaliset materiaalit**.

- Digitaalisia ohjausmateriaaleja voivat olla mm. **digitaaliset hoitopolut, mobiilisovellukset** tai lapsille suunnatut **pelisovellukset**.



Valmistautumisessa on **hyvä käydä läpi kaikki** päiväkirurgiseen toimenpiteeseen kuuluvat **vaiheet**

1. valmistautuminen toimenpiteeseen
2. toimenpidepäivän kulku
3. kotiutuminen ja toimenpiteestä toipuminen kotona.

Huolellinen valmistautuminen **auttaa** läheistä oman **toimenpiteeseen liittyvän ahdistuksen käsittelyssä** ja **tukee** samalla **lapsen tunteiden huomioimista**.

Mitä voitte huomioida ennen toimenpidettä sairaalassa?

Lapselle on tärkeää kertoa toimenpidettä edeltävistä tilanteista ja hoitotoimista rehellisesti mutta **ikätasoisesti**.

- Suullisen ohjauksen apuna voidaan hyödyntää **videoita** ja **kirjallisia materiaaleja** myös sairaalassa.
- Osassa hoitoyksiköitä valmistautumisen tukena voidaan käyttää myös **VR-laseja**. Voitte halutessanne kysyä tästä mahdollisuudesta lisää hoitohenkilökunnalta.
- Lapsen jännitystä voi vähentää, jos hän saa **nähdä ja kokeilla nukutuksessa käytettävää maskia** jo ennen toimenpidettä.

Hyvä valmistautuminen vähentää lapsen pelkoja ja ahdistusta.



Lapsen jännitystä ja ahdistusta voi vähentää, kun valmistautumiseen käytetään **roolileikkejä, leikkaussalia esitteleviä kirjoja ja kuvia sekä hengitys-, rentoutus- ja mielikuvaharjoituksia.**

Jos sairaalassanne työskentelee **sairaalaklovneja**, voi heidän **mukanaolonsa vähentää lapsen ahdistusta.** Sairaalaklovnit voivat auttaa mm. seuraavissa

- kanyylin laiton aikana lapsen huomion siirtämisessä mukavampiin asioihin
- viemään ajatukset pois toimenpiteestä käyttäen keinoina esimerkiksi **leikkiä, musiikkia, taikatemppuja, pantomiimia ja saippuakuplia**
- lapsen siirtyessä sairaalassa eri tilojen välillä.





Mitä läheinen voi tehdä toimenpiteen aikana?

Lapsen odottaminen takaisin toimenpiteestä voi tuntua jännittävältä ja stressaavalta. On hyvä pyrkiä rentouttamaan ja rauhoittamaan omaa oloa mahdollisuuksien mukaan.

- **Oman olotilan rauhoittamiseksi** voit katsella hoitoyksikön antamia ohjausmateriaaleja; joko kirjallisia tai videoita jos sellaisia on saatavilla.
- Joissain paikoissa voi olla mahdollista saada lainaan **VR-lasit** lapsen toimenpiteen ajaksi ja katsoa niillä erilaisia **rentoutusvideoita**.

Muista, että **huolehtimalla myös omasta hyvinvoinnistasi jaksat parhaiten tukea lasta**.

- Varaa siis toimenpidepäivään pieni hengähdystauko. Toimenpiteen aikana voit esimerkiksi käydä syömässä rauhassa tai nauttia omia eväitäsi.

Kuinka tukea lasta toimenpiteen jälkeen?

Musiikin kuuntelu voi vähentää lapsen ahdistusta hänen toipuessaan toimenpiteestä.

- Voitte ottaa lapselle mukaan omat kuulokkeet, joiden avulla hän voi kuunnella suosikkimusiikkiaan esimerkiksi puhelimesta jo toimenpidettä odottaessa sekä tarvittaessa myös sen jälkeen.



Lapsen läheisenä, pysähdy hetkeksi pohtimaan seuraavia asioita

Läheisenä tunnet lapsen parhaiten. Kuinka paljon valmistautumisaikaa juuri hän tarvitsee?

- Valmistautumisen tarve on yksilöllinen. Osa lapsista hyötyy pidemmästä valmistautumisajasta, kun taas toisille liian pitkä odottaminen voi lisätä jännitystä ja kuormitusta.





Oma huolesi ja epätietoisuutesi voi herkästi heijastua lapseen. Onko jotakin mistä haluaisit vielä jutella terveydenhuollon ammattilaisen kanssa ennakkoon?

- Älä epäröi ottaa huoliasi puheeksi tai varmistaa mieltäsi painavia asioita lasta hoitavalta taholta.



Jokaisella lapsella on **oikeus saada ikätasoista tietoa ja osallistua omaan hoitoonsa** päiväkirurgisen toimenpiteen yhteydessä.

Mistä tarvitsemme lisää tutkimustietoa?

Lisätutkimusta tarvitaan siitä, miten, milloin ja kuinka usein lasten ja nuorten ahdistusta ja stressiä tulisi arvioida päiväkirurgisen toimenpiteen yhteydessä.

Lisäksi tarvitaan enemmän tietoa siitä, miten lapset, nuoret ja heidän läheisensä kokevat emotionaalisen tuen menetelmät sekä missä vaiheessa toimenpideprosessia nämä menetelmät vähentävät ahdistusta parhaiten.

Mihin kansalaissuositus perustuu?



Löydät hoitosuosituksen ja julkaisutiedot Hotuksen kotisivuilta: www.hotus.fi/hoitosuositukset

Hotus. 2024. Hotus-hoitosuositus® Lapsen ja nuoren emotionaalinen tukeminen päiväkirurgisessa hoitotyössä . Työryhmä: Tuomikoski A, Ahokoivu H, Kaakinen P, Pursio K, Romakkaniemi A, Halkola H, Salonen M. Hoitotyön tutkimussäätiö.

Kansalaissuosituksen kuvat: Shutterstock, Hotuksen lisenssi

Mikä on Hotus-hoitosuositus®?

Hotus-hoitosuositus® on asiantuntijoiden laatima, kansallinen näyttöön perustuva suositus terveydenhuollon ammattihenkilöille sosiaali- ja terveydenhuollon käytännöistä ja toimintatavoista. Se perustuu järjestelmällisellä tietokantahaulla kerättyihin tutkimuksiin. Hotus-hoitosuositus® laaditaan tiukkaa protokollaa noudattaen ja tutkimuksille tehdään aina laadunarviointi, jolla varmistetaan hoitosuosituksen pohjana olevien tulosten luotettavuus.

Löydät kansalaissuosituksen pohjana olevan hoitosuosituksen, sen perustana olevat näytönastekatsaukset (A—D, jossa A kuvaa vahvinta tutkimusnäyttöä) sekä tietoa laadintaprosessista Hotuksen kotisivuilta.